

**STRATEGI KONSELING DALAM *COPING STRESS*
TERHADAP PECANDU NARKOBA DI RUMAH
REHABILITASI *HOUSE OF SERENITY*
BANDAR LAMPUNG**

Skripsi

**FITRIA AMALIA
NPM. 1641040136**



Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2021 M**

**STRATEGI KONSELING DALAM *COPING STRESS*
TERHADAP PECANDU NARKOBA DI RUMAH
REHABILITASI *HOUSE OF SERENITY*
BANDAR LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1 dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu
Komunikasi

Oleh

FITRIA AMALIA
NPM. 1641040136

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

PEMBIMBING I : Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA
PEMBIMBING II : Hj. Hepi Riza Zen, SH, MH

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2021 M**

ABSTRAK

Pecandu narkoba adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkotika dan dalam keadaan yang ketergantungan baik secara fisik maupun psikis. Pecandu narkoba pada dasarnya merupakan orang yang rentan untuk terkena stres, dikarenakan dengan ketergantungan pada narkoba, akan menimbulkan banyak masalah bagi pecandunya, ditambah lagi mereka harus menjalani rehabilitasi yang mana para pecandu harus mengikuti aturan dan program yang ada.

Strategi konseling merupakan susunan rencana yang dirancang untuk memenuhi tujuan-tujuan dalam konseling yang dilakukan konselor dalam mengatasi masalah pada klien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi konseling dalam *coping stress* pada pecandu narkoba di rumah rehabilitasi *house of serenity* Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif. Dalam pengambilan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yakni dengan sampel berjumlah 5 orang yang terdiri dari 3 orang konselor dan 2 orang pecandu narkoba. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi.

Hasil dari penelitian ini adalah keberhasilan konseling di bantu dengan adanya strategi konseling yang tepat membantu klien mampu mengatasi rasa stresnya sendiri. Selain itu ketersediaan dan keterbukaan klien juga mempengaruhi hasil konseling, saat merasa stress klien akan dengan sendirinya mencari solusi atas permasalahannya dan jika dirasa butuh bantuan, klien akan menemui konselor. Untuk strategi konseling, konselor menggunakan strategi *stress inoculation* (SI), strategi relaksasi, strategi *self management* dan strategi pengambilan keputusan. Strategi lainnya adalah dengan memberikan klien edukasi serta pemahaman mengenai *coping stress* agar klien dapat mengatasi stresnya sendiri dan tidak bergantung pada konselor maupun tidak bergantung lagi pada narkoba.

Kata Kunci : **Strategi Konseling, Coping Stress, Pecandu Narkoba**



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721) 703289

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : STRATEGI KONSELING DALAM *COPING STRESS* PADA
PECANDU NARKOBA DI RUMAH REHABILITASI *HOUSE*
OF *SERENITY* BANDAR LAMPUNG.**

Nama : Fitria Amalia

NPM : 1641040136

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas
Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA.

Hj. Hepi Riza Zen SH, MH.

NIP. 195611231985031002

NIP. 196511011995031001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Mubasit, S.AG, MM

NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung, Tlp. (0721) 703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul " **Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung**"

disusun oleh **Fitria Amalia, NPM 1641040136**, program studi **Bimbingan dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah di **Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung** pada hari **Rabu** tanggal **28**

April 2021.

Tim Penguji

Ketua

Dr. Mubasit, S.Ag, MM

Sekretaris

Umi Aisyah, M.Pd.I

Penguji I

Drs. H. Mansyur Hidayat, M.Sos.I

Penguji II

Prof. Dr. H. Bahri Ghazali, MA

Penguji Pendamping

Hj. Hepi Riza Zen SH, MH

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Prof. Dr. H. Khomsanrial Romli, M.Si

NIP. 196004091990031002

MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”

(QS.Ar-Ra'd : 28)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbilalamin, dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat dan pengikutnya semoga kita mendapatkan syafaat di akhirat nanti.

Karya tulis ini penulis persembahkan sebagai ungkapan terima kasih yang mendalam kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta, ayahanda Yusranuddin dan ibunda Nurmala yang senantiasa selalu menyayangi, memelihara, membesarkan serta mendidiku dengan penuh kasih sayang dan untuk doa yang selalu mengiringi langkahku selama ini yang tidak bisa dinilai oleh apapun dan tidak hentinya tercurahkan untuk diberikan kepada penulis. .
2. Adik-adikku tersayang, M. Khairul Fuadi dan Khadijatun Nazmi yang telah memberikan motivasi dan berbagi suka duka kehidupan.
3. Untuk bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali,M.A selaku pembimbing I dan ibu Hj. Hepi Riza Zen SH,MH selaku pembimbing II, terima kasih telah membimbing serta member ilmu dan arah sehingga terselesaikannya skripsi ini.
4. Almamater UIN Raden Intan Lampung yang sangat berjasa mendidik dan membimbing penulis untuk lebih baik lagi serta pengalaman selama menjadi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Fitria Amalia dilahirkan di Tanjung Tiram (Sumatera Utara) pada tanggal 20 Januari 1999, merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari ayahanda Yusranuddin dan ibunda Nurmala.

Pendidikan yang pernah ditempuh yaitu TK Nur Hasanah Kuala Tanjung diselesaikan pada tahun 2004, SDN Kebomas Gresik diselesaikan pada tahun 2010, MTs Wali Songo Putri Ngabar Ponorogo diselesaikan pada tahun 2013, dan MAs Wali Songo Putri Ngabar Ponorogo diselesaikan pada tahun 2016. Setelah lulus dari MA, penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi UIN Raden Intan Lampung dan mengambil program studi Bimbingan dan Konseling Islam pada tahun 2016.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil alamin, dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat dan pengikutnya semoga kita mendapatkan syafaat di akhirat nanti. Amiin.

Peneliti menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini terdapat banyak kesulitan dan hambatan yang dihadapi, namun berkat ridha Allah, do'a dan usaha serta dukungan dari berbagai pihak, akhirnya penulisan skripsi yang berjudul “Strategi Konseling dalam *Coping Stress* pada Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung” ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Khomsarial Romli, M.Si selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung
2. Bapak Mubasit, S.Ag, MM selaku Ketua Jurusan dan ibu Umi Aisyah, M.Pd.I selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA sebagai pembimbing I, yang telah membimbing serta memberikan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Ibu Hesti Riza Zen, SH. MH sebagai pembimbing II, yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sejak awal sampai dengan selesainya skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah memberikan berbagai macam ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.
6. Sis Resty Pramitha selaku Direktur Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
7. Bro Agus Supriyansyah selaku Sekretaris di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung, yang telah membantu mengarahkan serta menjadwalkan penulis untuk

melakukan penelitian dan bersedia menjadi salah satu narasumber. Dan bro Chandra, bro Fauzan selaku konselor serta klien/residen Rumah Rehabilitasi HOS.

8. Sahabat-sahabat yang selalu ada dalam suka duka, Leli, Miya, Yuli, Rifki, dan Kat. Terimakasih sudah selalu ada dalam hidup ini. Seluruh teman-teman BKI C dan BKI angkatan 2016, dan teman KKN
9. Semua pihak yang telah membantu, memberikan motivasi yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Dalam penulisan ini masih banyak kekurangan, dan jauh dari kesempurnaan. Dan penulis berharap dengan segala bentuk kekurangan dan kesalahan, semoga karya sederhana ini bisa bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Bandar Lampung, 15 Februari 2021

Fitria Amalia
NPM.1641040136

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Fokus Penelitian	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	9
H. Metodologi Penelitian	11

BAB II STRATEGI KONSELING, *COPING STRESS* DAN PECANDU NARKOBA

A. Kajian Teori	19
1. Strategi Konseling	19
a. Pengertian Strategi dan Konseling	19
b. Membentuk Strategi Konseling	20
c. Kriteria Memilih Strategi	23
d. Komponen Strategi Konseling	23
e. Macam-macam Strategi Konseling	24
2. <i>Coping Stress</i>	31
a. Pengertian <i>Coping Stress</i>	31

b. Faktor-faktor Stress	33
c. Penanganan Stress	34
d. Implementasi <i>Coping Stress</i>	35
3. Pecandu Narkoba	39
a. Pengertian Narkoba dan pecandu	39
b. Faktor Penyebab Pecandu Narkoba	39
c. Dampak Penggunaan Narkoba	41
d. Narkoba dalam Pandangan Islam	43

BAB III RUMAH REHABILITASI *HOUSE OF SERENITY* BANDAR LAMPUNG

A. Gambaran Umum Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i> Bandar Lampung	45
1. Sejarah Berdirinya Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i> Bandar Lampung	45
2. Struktur Kepengurusan Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i>	48
3. Tujuan dan Sasaran Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i>	49
4. Visi, Misi dan Motto Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i>	50
5. Sarana Prasarana dan Sumber Daya Manusia	51
6. Jumlah Klien dan Tenaga Kerja di Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i>	52
7. Persyaratan Menjadi Klien	53
8. Program Pelayanan	54
9. Jadwal Kegiatan	58
10. Alur Rujukan Klien	61
11. Gambaran Identitas Partisipan dan Informan Penelitian	61
B. Pelaksanaan Strategi Konseling dalam <i>Coping Stress</i> di Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i>	66

BAB IV STRATEGI KONSELING DALAM *COPING* STRESS TERHADAP PECANDU NARKOBA DI RUMAH REHABILITASI *HOUSE OF SERENITY* BANDAR LAMPUNG..... 79

- A. Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung 79
- B. Hasil Pelaksanaan Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung 83

BAB V PENUTUP

- A. Kesimpulan 85
- B. Saran 86

**DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN**



DAFTAR TABEL

Tabel

3.1 Jadwal Aktivitas Harian Klien Rumah Rehabilitasi HOS.....	28
3.2 Partisipan Penelitian	31
3.3 Informan Penelitian	31



DAFTAR GAMBAR

Gambar

3.1 Struktur Kepengurusan Rumah Rehabilitasi HOS	22
3.2 Alur Masuk Klien Rumah Rehabiliasi HOS	26
3.3 Alur Rujukan Klien	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Wawancara
Lampiran 2	Pedoman Observasi
Lampiran 3	SK Judul Skripsi
Lampiran 4	Kartu Konsultasi Skripsi
Lampiran 5	Surat Izin Penelitian
Lampiran 6	Form Pernyataan Persetujuan Penelitian
Lampiran 7	Surat Keterangan Telah Melaksanakan penelitian
Lampiran 8	Daftar Foto Kegiatan Wawancara dan Fasilitas Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i> Bandar Lampung
Lampiran 9	Brosur Rumah Rehabilitasi <i>House of Serenity</i> Bandar Lampung



BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam menafsirkan judul, maka penulis akan memberikan penegasan serta pengertian mengenai istilah-istilah dalam judul “Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* (HOS) Bandar Lampung”. Dengan penegasan sebagai berikut:

Strategi secara umum didefinisikan sebagai cara untuk mencapai tujuan. Strategi dalam KBBI adalah suatu rencana mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus atau sasaran yang diinginkan.¹ Strategi menurut Anwar Arifin adalah sebagai keseluruhan keputusan kondisional tentang tindakan yang akan dilakukan guna mencapai suatu tujuan.² Dan juga strategi didefinisikan sebagai rencana atau aksi untuk mencapai tujuan, yang dalam penggunaannya dapat mempercepat perubahan emosional, kognitif, dan perilaku konseli jika diterapkan dalam konseling.³ Konseling sebagai terjemahan dari “*Counseling*” dan merupakan bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik dan merupakan inti dari alat yang paling penting dalam bimbingan.⁴ Konseling dikutip dalam buku Prayitno dan Erman A. adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.⁵

¹ KBBI, (Online), tersedia di <https://kbbi.web.id/strategi> diakses 30 April 2020

² Anwar Arifin, *Strategi Komunikasi Sebuah Pengantar Ringkas*, (Bandung : Armico, 1982), h. 55

³ Mochamad Nursalim. *Strategi dan Intervensi Konseling* (Jakarta : @kademial, 2013) h. 6

⁴ Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta : Rineka Cipta, 2002) h. 21

⁵ Prayitno, Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta : Rineka Cipta, 2013) h. 105

Berdasarkan uraian diatas, strategi konseling adalah susunan rencana dalam kegiatan konseling yang akan dilakukan oleh konselor dalam mengatasi masalah yang ada pada klien agar tidak menghambat kemajuan proses konseling. Atau suatu cara agar proses konseling berjalan dengan baik dan tepat atas permasalahan yang dihadapi oleh klien.

Coping merupakan suatu usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar menoleransi suatu tekanan yang dapat menimbulkan rasa stress.⁶ *Coping* juga merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang membuat mereka tertekan.⁷ *Stress* adalah suatu gangguan suasana hati yang melibatkan gangguan pada emosi, perilaku, kognisi dan fungsi tubuh.⁸ *Stress* juga merupakan suatu reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan).⁹

Berdasarkan uraian diatas, *coping stress* merupakan suatu bentuk upaya atau respon individu dalam rangka mengatur, dan mengendalikan tuntutan dan tekanan internal maupun eksternal yang akan membebani atau melampaui ketahanan individu yang bersangkutan. Upaya dan respon individu untuk mengendalikan tuntutan atau tekanan yang diterimanya berbeda-beda, upaya yang baik akan membawa individu kearah positif, sedangkan upaya yang kurang baik akan membawa individu kearah yang negatif.

Pecandu adalah orang yang menggunakan atau menyalahgunakan narkotika dan dalam keadaan ketergantungan

⁶ Mochamad Nursalim. *Strategi dan Intervensi Konseling* (Jakarta : @kademial, 2013) h. 79

⁷ Richard S. Lazarus, Susan Folkman. *Stress, Appraisal and Coping*. (New York : Springer Publishing Company, 1984) h. 141

⁸ Wade, Tavis, Garry. *Psikologi Jilid 2* (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2016) h. 342

⁹ *Ibid*

pada narkoba baik secara fisik maupun psikis.¹⁰ Sedangkan narkoba adalah singkatan dari Narkotika dan Obat Berbahaya, narkoba merupakan salah satu jenis obat penghilang rasa sakit yang sering disalahgunakan oleh manusia.¹¹

Dari uraian diatas, maka pecandu narkoba merupakan orang yang menggunakan obat-obatan dalam dosis moderat, namun menjadi sangat bergantung kepada obat-obatan tersebut dan menyalahgunakan obat-obatan tersebut.¹²

Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* Bandar Lampung merupakan salah satu Institusi penerima wajib lapor (IPWL) yang ada di Bandar Lampung. Rumah Rehabilitasi ini merupakan sebuah rumah yang aman bagi orang-orang yang bermasalah dalam hal Adiksi, rumah bagi mereka yang ingin terlepas dari ketergantungan penggunaan obat-obat terlarang atau narkoba yang beralamat di Jl. Panglima Polim, Gg. Sawo Raya, No. 59, Segalaminder, Tj. Karang Barat, Kota Bandar Lampung.¹³

Berdasarkan dari penjabaran istilah-istilah diatas, maka maksud keseluruhan dari judul “Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba Di Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* Bandar Lampung” adalah untuk mengkaji bagaimana upaya atau cara konselor dalam membantu kliennya yang sedang mengalami stres atau tekanan dengan kegiatan konseling agar mencapai tujuan yang diinginkan dengan waktu yang tepat di Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity*.

B. Latar Belakang

Penggunaan narkoba menimbulkan malapetaka bagi orang yang menggunakan dan merupakan sebuah ancaman bagi kehidupan pengguna sendiri, bagi keluarga, ketahanan nasional,

¹⁰ Anang Iskandar. *Penegakan Hukum Narkotika* (Jakarta : PT. Elex Media Komputindo. 2019) h. 82

¹¹ Setiyawati, dkk, *Buku Seri Bahaya Narkoba Jilid 1*, (Surakarta : PT. Tirta Asih Jaya, 2015) h. 2

¹² Wade, Tavris, Garry, *Psikologi Jilid 2* (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2016) h. 274

¹³ <https://hosrehabcenter.wixsite.com/hoslampung/tentang-kami> diakses 30 Januari 2020

bangsa dan negara, tiap-tiap negara berkewajiban mencegah serta merehabilitasi pengguna sebagai upaya untuk memerangi ancaman penggunaan dan memberantas pengedaranya dengan hukuman setimpal.¹⁴ Penggunaan narkoba di Indonesia banyak terjadi pada beberapa kalangan mulai dari masyarakat yang berekonomi rendah maupun tinggi. Badan Narkotika Nasional mencatat bahwa pada tahun 2019, kasus penggunaan narkoba di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya sebesar 0,03 persen, dengan pengguna paling banyak berusia 15-65 tahun dan menembus angka tiga juta orang.¹⁵

Selain itu, pada tahun 2020 Badan Narkotika Provinsi (BNNP) Lampung juga melakukan survey terhadap peningkatan jumlah pengguna narkoba. Berdasarkan data yang didapat terjadi peningkatan yang cukup drastis terhadap pengguna narkoba dari tahun 2019 ke tahun 2020 yaitu mengungkap sebanyak 1.881 kasus narkotika dan 2.580 orang tersangka.¹⁶ Dengan jumlah tersebar pengguna narkoba adalah orang-orang dewasa awal yaitu 20-25 tahun. Maka dalam penelitian ini akan lebih difokuskan pada pecandu narkoba dewasa awal yang berusia 20-25 tahun.

Larangan untuk menggunakan narkoba di Indonesia sudah tercantum dalam Undang-undang No. 35 Tahun 2009 tentang narkotika dapat disebut dengan UU khusus yang *up to date*, komprehensif, mengikuti perkembangan zaman dengan tampilan yang humanis terhadap pecandu dan keras terhadap pengedar. UU No.35 Tahun 2009 juga mengatur serta memberi jalan keluar atau jalan tengah terhadap pendekatan hukum dan pendekatan kesehatan dengan memberikan pengganti hukuman penjara dengan hukuman rehabilitasi kepada pecandu narkoba.¹⁷

Dalam Al-Qur'an juga terdapat larangan penggunaan narkoba, salah satunya dalam Surah Al-Baqarah (2) ayat ke 219

¹⁴ Anang Iskandar. *Penegakan Hukum Narkotika* (Jakarta : PT. Elex Media Komputindo. 2019), h.vii

¹⁵ Bnn.go.id diakses tanggal 20 Januari 2020

¹⁶ Republika.id 29 Des 2020

¹⁷ Anang Iskandar. *Penegakan Hukum Narkotika* (Jakarta : PT. Elex Media Komputindo. 2019), h. ix

﴿ يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ ۖ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنْفَعٌ
لِّلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَّفْعِهِمَا ۗ وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلِ
الْعَفْوُ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ ﴾

“Mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang khamar dan judi. Katakanlah, “Pada keduanya terdapat dosa besar dan beberapa manfaat bagi manusia. Tetapi dosanya lebih besar daripada manfaatnya.” Dan mereka menanyakan kepadamu (tentang) apa yang (harus) mereka infakkan. Katakanlah, “Kelebihan (dari apa yang diperlukan).”Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat Nya kepadamu agar kamu memikirkan.”

Surah Al-Baqarah ayat 219 ini menjelaskan bahwa Allah mengabarkan bahwa khamar dan berjudi adalah dosa dan mudaratnya lebih besar daripada manfaatnya.¹⁸ Para ulama menganalogikan narkoba dengan hukum khamer (minuman keras), yaitu haram untuk dikonsumsi, karena memiliki *illat* (alasan) sama memabukkan, menghilangkan akal dan dapat menimbulkan kerusakan. Salah satunya Imam Nawawi, beliau berpendapat bahwa segala sesuatu selain yang berupa cairan dan obat-obatan atau pil, seperti ganja, maka hukumnya haram sebagaimana khamer.¹⁹

Salah satu langkah untuk mengatasi dampak-dampak yang terjadi pada pecandu narkoba dapat diupayakan dengan melakukan pengobatan di rumah sakit atau rehabilitasi. Para pecandu narkoba dihimbau agar segera melaporkan kasus kecanduannya untuk menjalani rehabilitasi dengan begitu dampak-dampak negatif dapat teratasi, pulih dan tidak berakibat fatal bagi si pecandu. Sebuah

¹⁸ Syaikh Abdurrahman, *Tafsir Al-Qur'an* (Jakarta : Darul Haq, 2017), h. 298

¹⁹ Muhyidin bin Syaraf An-Nawawi, *Al-Majmu' Syarh Al-Muhadzdzab*, (Jeddah: Maktabah Al-Irsyad, 1413 H) Jilid III, h. 9

tempat rehabilitasi akan membantu pecandu untuk bangkit dari keadaan mereka yang terpuruk dan untuk membantu mereka melanjutkan masa depannya. Dengan adanya pemulihan kesehatan jiwa dan raga yang ditujukan kepada pemakai narkoba, bertujuan agar tidak memakai lagi dan bebas dari penyakit ikutan yang disebabkan oleh bekas pemakaian narkoba.²⁰

Rehabilitasi merupakan salah satu cara yang terbaik untuk mengatasi pengguna narkoba. Masuknya pengguna narkoba ke panti rehabilitasi memberi konsekuensi pentingnya melakukan penyesuaian diri.²¹ Para pecandu yang menjalani rehabilitasi diharapkan dapat menjalani hidupnya dengan lebih baik dari yang sebelumnya, yang mana sebelumnya hidup dengan ketergantungan pada narkoba dan selama menjalani rehabilitasi pun pecandu diharapkan untuk memiliki pola hidup yang lebih teratur melalui kegiatan-kegiatan yang ada di tempat rehabilitasi.

Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* adalah sebuah Institusi Penerima Wajib Lapori (IPWL) dibawah naungan Kementerian Sosial Republik Indonesia yang terletak di Jl. Panglima Polim, Gang Sawo Raya, No.59, Segalaminder, Tanjung Karang Barat, Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Berdasarkan data yang didapat dari awal berdirinya rumah rehabilitasi ini pada tahun 2016 hingga saat ini secara keseluruhan berjumlah 120 orang rawat inap dan 50 orang rawat jalan. Berdasarkan wawancara penulis dengan konselor Agus dari jumlah tersebut khususnya pada klien rawat inap, kebanyakan diantara mereka mengalami stress pada awal menjalani dan tinggal di Rumah Rehabilitasi HOS ini. Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* dalam membantu mengatasi stres yang terjadi pada para pecandu atau kliennya memiliki program diantaranya adalah dengan mengedukasi klien mengenai manajemen stres meliputi bagaimana pengertian stress, cara mengatasinya, jenis stress dan lain sebagainya, dan setelahnya dengan dilakukannya kegiatan konseling.

²⁰ Setiyawati, dkk, *Buku Seri Bahaya Narkoba Jilid 4*, (Surakarta : PT. Tirta Asih Jaya, 2015), h. 223

²¹ Risky Safitri.2013. *Koping Stres pada Pecandu Narkoba(Narkotika dan Obat-obatan Terlarang) yang Menjalan Rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat*. h.2

Namun dalam mengedukasi dan konseling klien dalam kenyataannya tidak semulus yang dibayangkan. Berdasarkan apa yang penulis dapatkan dari penelitian di Rumah Rehabilitasi HOS ini pecandu narkoba yang baru memulai rehabilitasi seringkali merasa cemas, takut, tidak terima dan merasa bingung dan dapat menjadi suatu tekanan bagi mereka yang berujung stres. Perasaan-perasaan tersebut berpengaruh pada kognitif dan emosi dan akan menyebabkan terjadinya perubahan perilaku seperti penurunan minat dan aktivitas, penurunan energi, dan cenderung melemahkan tanggung jawab. Dan hal ini juga terjadi dikarenakan adanya ketidaksesuaian antara tuntutan di tempat rehabilitasi dengan tuntutan dalam diri pecandu. Dengan perasaan-perasaan yang tidak enak yang dirasakan para pecandu ini menyebabkan beberapa kegiatan yang salah satunya konseling terhambat dan kurang berjalan dengan baik.

Kendall dan Hammen menyatakan bahwa stres dapat terjadi pada individu ketika terdapat ketidakseimbangan antara situasi yang menuntut dengan perasaan individu atas kemampuannya untuk bertemu dengan tuntutan-tuntutan tersebut.²² Namun, setiap individu dalam menghadapi stres akan melakukan mekanisme *coping* untuk pertahanan dirinya dan bagi para pecandu dalam melakukan mekanisme *coping* diperlukan bantuan untuk mengarahkannya melakukan *coping* yang benar.

Beberapa klien melakukan segala cara untuk meringankan rasa stresnya, tanpa menimbang baik tidaknya cara tersebut, salah satunya menggunakan narkoba. Namun semenjak rehabilitasi klien tidak dapat menggunakan narkoba lagi untuk mengatasi stresnya dan menimbulkan rasa tertekan dan belum mampu untuk menyesuaikan diri sehingga terdapat terjadi pemberontakan atau melakukan cara-cara yang tidak baik. Untuk mencegah cara-cara yang tidak baik dan tidak sesuai dengan aturan yang ada, diperlukan konseling untuk membantu pecandu mampu mengarahkan dirinya ke hal-hal yang baik saat merasa stres.

²² S.K. Nawangsih, Putri Rismala Sari. 2016. *Stress pada Mantan Pengguna Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi*. (Undip : Jurnal Psikologi), Vol. 15 No.2 Oktober, h. 100.

Dalam melakukan kegiatan konseling, konselor perlu mempersiapkan prosedur-prosedur konseling terutama pada strategi konseling yang akan digunakan. Strategi konseling yang diberikan oleh konselor memiliki peran penting terhadap keberhasilan suatu konseling dikarenakan strategi memberikan kemudahan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam kegiatan konseling. Melalui strategi konseling diharapkan ditemukan alternatif-alternatif pemecahan permasalahan klien termasuk mengatasi stress.

Berdasarkan uraian diatas, maka dari itu penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana *coping stress* yang terjadi selama menjalani rehabilitasi pada pecandu narkoba dan bagaimana strategi konseling membantu mereka dalam *coping stress* di rumah rehabilitasi HOS Bandar Lampung.

C. Fokus Penelitian

Penelitian berfokus pada pemberian bantuan konselor pada klien dengan menggunakan strategi atau cara konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi stress yang terjadi pada pecandu narkoba di Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas pokok permasalahan yang dirumuskan penulis adalah :

1. Bagaimana strategi konseling yang digunakan dalam *coping stress* pada pecandu narkoba?
2. Bagaimana hasil dari strategi konseling yang digunakan dalam *coping stress* pada pecandu narkoba?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana strategi yang digunakan konselor dalam konseling dan untuk mengetahui hasil dari strategi konseling untuk

coping stress yang terjadi pada pecandu narkoba di Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling Islam khususnya mengenai *coping stress* pada pecandu narkoba.

2. Secara Praktis

- a. Bagi penulis, hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan pengetahuan bagi penulis.
- b. Bagi lembaga, hasil penelitian dapat dijadikan evaluasi dan masukan untuk kedepannya dalam konseling mengenai *coping stress* dan dapat membantu meningkatkan keberhasilan rehabilitasi.
- c. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau bahan rujukan pada penelitian selanjutnya.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menelusuri beberapa literatur untuk memudahkan penulisan dan memperjelas perbedaan bahasan dan kajian dengan penulisan-penulisan sebelumnya. Beberapa hasil literatur pencarian penulis yang berkaitan dengan skripsi ini, disebutkan diantaranya :

1. Skripsi yang ditulis oleh M. Ade Setiawan (2019), Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling terhadap Korban Penyalahgunaan Narkoba di House of Serenity Bandar Lampung, dari program sarjana Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung. Dalam penelitian ini proses rehabilitasi di rumah rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dalam Layanan Konselingnya serta membahas

kekurangan dan kelebihan dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT).²³

2. Skripsi yang ditulis oleh Sara Sahrazad (2007), *Stress dan Coping pada Pecandu Narkoba Dewasa Awal yang Sedang Menjalani Rehabilitasi*, dari Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara Jakarta. Dalam penelitian ini untuk melakukan coping dilihat dari fungsi copingnya itu sendiri yaitu *Problem Focused Coping* (PFC) yaitu coping yang berfokus pada masalah yang dihadapi dan *Emotion Focused Coping* (EFC) yaitu coping yang berfokus pada emosi, oleh itu para pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi melakukan cara yang berbeda-beda berdasarkan fungsi coping tersebut dalam mengatasi masalah dan stress yang dihadapinya.²⁴
3. Skripsi Alun Widyantari (2015), *Konseling Bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba di Panti Sosial Pamardi Putra Kalasan Sleman Yogyakarta*, dari program sarjana Bimbingan dan Konseling Islam Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam penelitian ini proses rehabilitasi pada kebanyakan korban penyalahgunaan narkoba tidak bisa untuk menyelesaikan masalahnya sendiri sehingga diperlukan bantuan yaitu dengan konseling. Dalam proses pemulihan klien, penanganan dengan konseling merupakan salah satu bagian terpenting agar mereka dapat kembali melaksanakan fungsi sosial dalam kehidupan bermasyarakat dan bisa mulai menata hidup yang optimis karena masa depan yang masih panjang.²⁵

Dari penelitian-penelitian diatas terdapat perbedaan yang ditulis oleh penulis yaitu variabel, dan tahun penelitian. Dan memiliki persamaan tempat penelitian dengan skripsi M.Ade

²³ M. Ade Setiawan, "Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dalam Layanan Konseling terhadap Korban Penyalahgunaan Narkoba di House of Serenity Bandar Lampung". (Skripsi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan, Lampung, 2019)

²⁴ Sara Sahrazad, "Stress dan Coping pada Pecandu Narkoba Dewasa Awal yang Sedang Menjalani Rehabilitasi". (Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara, Jakarta, 2007)

²⁵ Alun Widyantari, "Konseling Bagi Korban Penyalahgunaan Narkoba di Panti Sosial Pamardi Putra Kalasan Sleman Yogyakarta". (Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2015)

Setiawan yaitu di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung. Namun, penulis lebih memfokuskan pada pembahasan tentang strategi konseling dalam *coping stress* pada pecandu narkoba yang diberikan oleh konselor kepada pecandu yang mengalami rasa stres saat menjalani rehabilitasi, sehingga yang penulis lakukan hasilnya tidak akan sama.

H. Metodologi Penelitian

Metode penelitian merupakan aspek yang paling penting dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian kualitatif. Metode kualitatif menurut Creswell (2008) yang dikutip oleh R. Conny Semiawan menyatakan penelitian kualitatif sebagai suatu pendekatan atau penelurusan untuk mengeksplorasi dan memahami suatu gejala sentral.²⁶ Berikut beberapa aspek berkaitan dengan metode yang akan digunakan agar penelitian ini dapat mencapai hasil yang optimal serta tepat mengenai sasaran :

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Dilihat dari jenisnya, maka penelitian ini termasuk pada penelitian jenis lapangan (*field research*), yaitu suatu jenis penelitian yang berusaha untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan dilapangan.²⁷ Jenis penelitian *field research* menurut Hadari Nawawi adalah penelitian yang dilakukan di lingkungan masyarakat tertentu, baik di lembaga-lembaga dan organisasi-organisasi kemasyarakatan maupun lembaga-lembaga pemerintahan.²⁸

b. Sifat Penelitian

Sifat penelitian yang penulis gunakan yaitu penelitian yang bersifat deskriptif. Penelitian deskriptif adalah

²⁶ Semiawan, R. Conny. *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Grasindo, 2010) h. 6,

²⁷ M. Ahmad Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research* (Yogyakarta : Sumbangsih, 1975), h.22

²⁸ Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1998), h.31

penelitian yang berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, dan juga menyajikan data menganalisi dan menginterpretasi.²⁹ Jadi dengan penelitian deskriptif dapat menggambarkan secara objektif tentang strategi konseling dalam *coping stress* pada pecandu narkoba di Rumah Rehabilitasi House Of Serenity.

2. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik tertentu dan mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel.³⁰ Adapun Suharsimi Arikanto berpendapat bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.³¹

Dari data observasi yang penulis dapat populasi berjumlah 28 orang yang terdiri dari 10 orang pecandu narkoba rawat inap, 5 orang pecandu narkoba rawat jalan, 7 orang konselor, 1 orang psikolog, 1 orang dokter, 1 orang staff medis, 1 pembimbing religi, 1 satpam dan 1 ahli gizi.

b. Sampel

Sampel merupakan bagian kecil dari suatu populasi. Sampel adalah sebagian individu yang diselidiki dari keseluruhan individu penelitian.³² Dalam pengambilan sampel dilakukan secara non-probabilitas atau non-acak, maksudnya pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu. Pengambilan sampel dengan non-acak ini penulis menggunakan teknik *purposive sampling*, dalam hal ini pemilihan sampel berdasarkan pada karakteristik tertentu

²⁹ Cholidin Narbuko, Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta : Bumi Aksara,2015), h.44

³⁰ Husein Umar, *Metode Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis* (Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2000) h. 77

³¹ Cholidin Narbuko, Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta : Bumi Aksara,2015), h.173

³² *Ibid*, h.107

yang dianggap memiliki keterkaitan dengan karakteristik populasi yang sudah diketahui.³³

Berdasarkan teknik pengambilan *purposive sampling*, maka penulis memilih beberapa kriteria untuk menjadi sampel dalam penelitian ini, diantaranya :

- 1) Konselor
 - a) Konselor yang professional yang paling lama berada di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung
 - b) Konselor yang memahami keadaan klien
- 2) Pecandu Narkoba
 - a) Pecandu narkoba yang aktif dalam mengikuti kegiatan konseling
 - b) Pecandu yang sudah menjalani masa rehabilitasi selama 6 bulan

Berdasarkan kriteria di atas, maka jumlah sampel yang akan penulis gunakan dalam penelitian ini adalah 5 orang yang terdiri dari 3 konselor dan 2 orang pecandu narkoba di Rumah Rehabilitasi *House Of Serenity* Bandar Lampung.

3. Metode Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data, yang pelaksanaannya dapat dilakukan secara langsung secara berhadapan dengan yang diwawancarai.³⁴ Wawancara juga merupakan proses tanya-jawab dalam penelitian berlangsung secara lisan dengan dua orang atau lebih bertatap muka mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan.³⁵

³³ Husein Umar, *Metode Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis* (Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2000), h. 92

³⁴ *Ibid*, h. 51

³⁵ Cholidin Narbuko, Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta : Bumi Aksara, 2015), h. 83

Jenis wawancara yang penulis gunakan adalah wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang bersifat luwes, susunan pertanyaan dan susunan kata-katanya dapat diubah sesuai dengan kebutuhan dan kondisi pada saat wawancara.³⁶ Hal ini bertujuan agar penulis mendapat jawaban yang lengkap dan terjabarkan dengan jelas.

Penulis melakukan wawancara langsung bertatap muka dengan 3 orang konselor yang sesuai dengan kriteria sampel, untuk mendapatkan data mengenai strategi konseling yang dilaksanakan untuk *coping stress* di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung.

Penulis juga mewawancarai 2 orang pecandu narkoba yang juga sesuai dengan kriteria sampel, untuk mendapatkan data berupa riwayat penggunaan narkoba, tekanan atau stres yang dialaminya selama masa rehabilitasi dan hasil setelah diberikan strategi-strategi konseling untuk mengurangi stresnya.

b. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang diselidiki.³⁷ Observasi juga didefinisikan sebagai suatu kegiatan mencari data yang digunakan untuk memberikan suatu kesimpulan atau diagnosis.³⁸

Dalam penelitian ini, observasi yang penulis gunakan adalah observasi nonpartisipan, yaitu penulis tidak mengambil bagian atau tidak mengamati secara langsung dalam kegiatan yang diamati.

³⁶ Deddy Mulyana. *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2003) h. 181

³⁷ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*, (Jakarta : PT. Indeks, 2017) h. 57

³⁸ Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2015) h. 131

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode yang digunakan dalam mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, dan lain sebagainya.³⁹ Dokumentasi dapat digunakan sebagai informasi suplemen sebagai bagian dari kasus yang sumber data utamanya adalah observasi atau wawancara.

4. Metode Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Analisis data bertujuan untuk mendapatkan informasi yang berguna dan bermanfaat.

Data yang telah dikumpulkan akan dianalisis dengan pendekatan kualitatif model interaktif, yaitu terdiri dari tiga hal utama yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi sebagai sesuatu yang jalin-menjalin pada saat sebelum, selama, dan sesudah pengumpulan data dalam bentuk yang sejajar untuk membangun wawasan umum yang disebut analisis.⁴⁰

a. Tahap Pengumpulan Data

Data dalam penelitian kualitatif adalah segala sesuatu yang diperoleh dari yang dilihat, didengar, dan diamati. Dengan demikian data dapat berupa catatan lapangan sebagai hasil amatan, deskripsi wawancara, foto, pengalaman pribadi, jurnal, cerita, sejarah, surat-surat, riwayat hidup dan banyak hal lain sebagai hasil amatan dan pendengaran

b. Tahap Reduksi Data

Sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada hal-hal penting atau penyederhanaan. Reduksi data berguna untuk mendapatkan gambaran yang jelas, mempermudah

³⁹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Method)*, (Bandung : ALFABETA, 2013), h.326

⁴⁰ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta : Gelora Aksara Pratama, 2009), h. 246

peneliti melakukan pengumpulan data, dan tahap ini berlangsung secara terus-menerus selama pelaksanaan penelitian berlangsung.

c. Display Data

Setelah mereduksi data, sekumpulan informasi penting disusun guna membantu peneliti lebih mudah memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan

d. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Tahap ini merupakan tahap akhir dalam proses pengumpulan data. Penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat terjadi pada saat proses pengumpulan data berlangsung, hanya saja kesimpulan yang dibuat bukan sebuah kesimpulan final.

I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan yang menjadi langkah-langkah dalam proses penyusunan tugas akhir ini yaitu :

1. Bab I, Pendahuluan.

Bab ini berisi tentang Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Fokus Penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

2. Bab II, Landasan Teori

Bab ini berisi kajian terhadap beberapa teori dan referensi yang menjadi landasan dalam mendukung penelitian ini.

3. Bab III, Deskripsi Objek Penelitian

Bab ini menjelaskan mengenai gambaran umum yang menjelaskan kondisi dan keadaan tempat penelitian, dan menjelaskan tentang objek penelitian, serta berisi mengenai data-data yang didapatkan dari tempat penelitian.

4. Bab IV, Analisis Penelitian

Bab ini membahas hasil dari pengumpulan data dan menganalisis data yang didapat dengan landasan teori yang ada.

5. Bab V, Kesimpulan dan Saran

Bab ini menjelaskan inti dari keseluruhan isi dan pembahasan dari temuan penelitian dan beberapa saran untuk konselor, klien dan pembaca.





BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah penulis lakukan mengenai “Strategi Konseling dalam *Coping Stress* Terhadap Pecandu Narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung” maka penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Strategi konseling dalam *coping stress* pada pecandu narkoba di Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung adalah strategi *stress inoculation* (SI), strategi relaksasi, strategi *self management* dan strategi pengambilan keputusan. Adanya strategi *stress inoculation* (SI) dengan konselor memberikan klien edukasi serta pemahaman mengenai *coping stress* yang meliputi pengertian stress, situasi stress, dampak negatif stress serta cara mengendalikan dan mengatasi stres dengan benar. Lalu adanya strategi relaksasi dilaksanakan dengan bentuk aktivitas-aktivitas serta kegiatan yang dapat membantu klien mengatasi stresnya seperti olahraga dan yoga. Namun, relaksasi yang sering digunakan adalah relaksasi nafas karena mudah dan dapat dilakukan kapan saja namun fokus dalam melakukannya. Sedangkan adanya strategi *self management* setelah menerima materi maupun pelatihan, klien mampu untuk mengenali emosi dan rasa stress yang dialaminya serta mampu mengatasinya, hal ini salah satunya terjadi pada klien Briyan. Lalu yang terakhir adalah adanya strategi pengambilan keputusan, berdasarkan wawancara dengan klien dan konselor bahwa keputusan berada di tangan klien, dengan contoh klien Ridwan. Setelah Ridwan menceritakan masalah stresnya pada konselor maka langkah untuk mengatasinya adalah dengan Ridwan memilih hendak menggunakan PFC (*Problem Focusing Coping*) atau EFC (*Emosional Focusing Coping*) untuk mengatasi stresnya. Dan strategi lainnya adalah sebagai pelengkap dari strategi-strategi yang ada, strategi-strategi ini berguna agar klien dapat

mengatasi stresnya sendiri dan tidak bergantung pada konselor maupun tidak bergantung lagi pada narkoba.

2. Keberhasilan konseling di bantu dengan adanya strategi konseling yang tepat membantu klien mampu mengatasi rasa stresnya sendiri. Sebelum melaksanakan konseling dan belum mendapatkan materi mengenai coping stres, klien merasa kebingungan dan menganggap bahwa narkoba adalah pelarian akan rasa stres yang tepat. Dan setelah diberikan materi management stres dan melakukan konseling, klien sudah mampu untuk melakukan coping stres yang tepat tanpa harus menggunakan narkoba lagi. Salah satu keberhasilannya adalah ketika mengalami stres klien dapat menggunakan PFC (*Problem Focusing Coping*) dan EFC (*Emosional Focusing Coping*) untuk mengatasi stresnya. Dengan PFC klien akan menangani masalah yang dihadapinya dan berusaha untuk mencari cara mengatasinya. Sedangkan dengan EFC klien akan mengatur respon emosionalnya terhadap stress, dengan berperilaku lebih baik misalnya..Selain itu ketersediaan dan keterbukaan klien juga mempengaruhi hasil konseling, saat merasa stress klien akan dengan sendirinya mencari solusi atas permasalahannya dan jika dirasa butuh bantuan, klien akan menemui konselor.

B. Saran

Diakhir penulisan skripsi ini, penulis bermaksud menyampaikan beberapa saran. Adapun saran-sarannya yaitu :

1. Untuk konselor, berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa strategi konseling yang telah dilakukan sudah sangat baik, penulis dapat menyarankan kepada konselor untuk mempertahankan strategi yang telah dilakukan selama ini.
2. Untuk klien Rumah Rehabilitasi HOS, dengan adanya materi management stres alangkah baiknya para klien lebih mendalami dan mengikuti pembelajarannya dengan baik, agar dapat menerapkannya saat mengalami stres, dan alangkah

baiknya lagi dengan adanya kegiatan konseling para klien bisa lebih memanfaatkan kegiatan tersebut untuk saling bertukar pikiran positif, ide-ide kreatif agar pikiran negatif tidak menimbulkan stres dan konflik yang berkepanjangan.

3. Untuk mahasiswa diharapkan ada yang meneruskan penelitian mengenai tema yang sama dengan narasumber yang lebih banyak, dengan tempat yang berbeda, dan dengan metode penelitian yang berbeda.





DAFTAR PUSTAKA

An-Nawawi, Muhyidin bin Syaraf. *Al-Majmu' Syarh Al-Muhadzdzab*.
Jilid III. Jeddah : Maktabah
Al Irsyad. 1431H.

Anwar, M. Ahmad. *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*.
Yogyakarta: Sumbangsih. 1998.

Arifin, Anwar. *Strategi Komunikasi Sebuah Pengantar Ringkas*,
Bandung: Armico. 1982

Badan Narkotika Nasional. *Pandangan Agama Islam tentang Bahaya
Penyalahgunaan Narkoba*. Jakarta Timur : BNN. 2017.

Conny, Semiawan R. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Grasindo.
2010.

Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Asesmen Teknik Nontes
dalam Perspektif BK Komprehensif*. Jakarta : PT. Indeks.
2017.

Herdiansyah, Haris. *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups
Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*. Jakarta :
Rajawali Pers. 2015.

Idrus, Muhammad. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta :
Gelora Aksara Pratama. 2009.

Iskandar, Anang. *Penegakan Hukum Narkotika*. Jakarta : PT. Elex
Media Komputindo. 2019.

Lazarus, Richard S, Susan Folkman. *Stress, Appraisal and Coping*.
New York : Springer Publishing Company. 1984.

Mulyana, Deddy. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2003.

Narbuko, Cholidin, Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara. 2015.

Nawawi, Hadari. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press. 1998

Nursalim, Mochammad. *Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : PenerbitErlangga. 2015.

Nursalim, Mochammad. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta : @kademial. 2013.

Partodiharjo, Subagyo. *Kenali Narkoba dan Musuhi Penyalahgunaanya*. Jakarta: Penerbit Erlangga. 2007.

Prayitno, dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : RinekaCipta. 2013

Setiyawati, dkk. *Buku Seri Bahaya Narkoba, Jilid 1*. Surakarta : PT. Tirta Asih Jaya. 2015.

Setiyawati, dkk. *Buku Seri Bahaya Narkoba, Jilid 4*. Surakarta : PT. Tirta Asih Jaya. 2015.

Setiyawati, dkk. *Buku Seri Bahaya Narkoba, Jilid 5*. Surakarta : PT. Tirta Asih Jaya. 2015.

Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung : ALFABETA. 2013.

Sukardi, DewaKetut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : Rineka Cipta. 2010

Syaikh Abdurrahman. *Tafsir Al-Qur'an*. Jakarta : DarulHaq. 2017.

Umar, Husein. *Metode Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada. 2000.

Wade, Tavris, Garry. *Psikologi, Jilid 2*. Jakarta : Penerbit Erlangga. 2016.

Desiayana, Tri. *Peran Konselor dalam Meningkatkan Motivasi untuk Pemulihan Klien Ketergantungan NAPZA (Narkotika Psikotropika Zat Adiktif) di Rumah Rehabilitasi House of Serenity (HOS) Bandar Lampung*. Skripsi UIN Raden Intan Lampung. 2019.

Delafi, Nur Anisa. *Peranan Konseling Keluarga dalam Meningkatkan Dukungan Sosial Korban Penyalahgunaan Narkoba di Rumah Rehabilitasi House of Serenity (HOS) Lampung*. Skripsi UIN Raden Intan Lampung. 2019

Rumah Rehabilitasi *House of Serenity* Bandar Lampung. Tersedia di <https://hosrehabcenter.wixsite.com/hoslampung/tentang-kami>

Safitri, Risky. *Koping Stres pada Pecandu Narkoba (Narkotika dan Obat- obatan Terlarang) yang Menjalani Rehabilitasi di Wisma Sirih Rumah Sakit Khusus Kalimantan Barat*. Jurnal. 2013.

Setiawan,M. Ade. *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy dalam Layanan Konseling terhadap Korban penyalahgunaan Narkoba di House of Serenity Bandar Lampung*. Skripsi UIN Raden Intan Lampung. 2019.

S.K. Nawangsih, Putri Rismala Sari. *Stress pada Mantan Pengguna Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi*. Undip : Jurnal Psikologi. Vol. 15 No.2 Oktober. 2016.

Syafii, Ahmad. *Penyalahgunaan Narkoba dalam Perspektif Hukum Positif dan Hukum Islam*. STAIN Datokarama : Jurnal Hunafa. Vol. 6 No.2 Agustus. 2009.

Yuwono, Susatyo. *Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. Jurnal Psycho Idea. Vol.8 No.2 Juli. 2010.

